

## أخبار قصيرة

● **مافانا** - وصل مبعوث خاص للرئيس الليبي عمر الفاتح ليرة إلى ليبيا في أول مرحلة من جولاته التي يهدف خلالها أربعا من دول أمريكا اللاتينية.

● **الرباط** - قام الرئيس الفخري لسانا كوتشي بزيارة في الرباط في ثاني أيام زيارته المغرب كما عقدت اجتماعات وزارية بين البلدين تناولت التعاون الاقتصادي والتأشيرات.

● **بياسرا** - تقرر وقف العمل في محطة الطاقة النووية في (كازو) الإيطالية لمدة نحو عشرة أيام لإصلاح قلب مفاعل في جهاز التبريد الاحتياطي في قلب المفاعل.

● **هانوي** - ذكرت الصحف الرسمية أن بعض الاشتراكيين الذين مازالت ناشدة في بعض مناطق جنوب فيتنام بعد أحد عشر عاما من إعادة توحيد البلاد وإقامة النظام الشيوعي في الجنوب.

● **موسكو** - ذكرت وكالة تاس أن هيئة أرضية فونتا سبع درجات حسب مقياس موهنر (١٦ درجة) وقع ليرة إلى أس في جورجيا - التوقا ما أسفر عن وقوع بعض الخسائر الطفيفة.

● **واشنطن** - أعلنت شركة الخطوط الجوية الأمريكية بأن اميركان ليرة إلى أس عن تشكيل وحدة مكافئة وكفالة أمن النقل وقد أطلق على هذه الوحدة اسم «البيت».

● **كوبك** - علم من مصدر رسمي في كوبك أن جيل ومبار وزير العلاقات الدولية لكوبك سوف يعتبران ١٦ مايو الحال بولاية تشترق عشرة أيام في أفريقيا بندق خلالها تترس والسفائل وساحل العاج.

● **ستيناو** - قامت وحدات من الشرطة والجيش ليرة إلى أس بعملية تشييد جديدة من منزل في منزل في ضواحي عاصمة شيل وأقتل شخص على عشرات من سكان فنزويلا على بعد ٢٠ كم جنوب ستيناو.

# صادق المهدي يعلن الحكومة السودانية اليوم من أولويات الحكومة: توفير حد أدنى من التضامن العربي



جانب من سكان كاتمندو عاصمة نيبال يقفون في صفوف طويلة في انتظار دورهم للاقتراع بأصواتهم في الانتخابات العامة التي جرت أمس الأول في نيبال.

## نزلة يدعو لاقامة منطقة اقتصادية عربية

عان - دعا الدكتور عبدالحسن زلزلة الأمين العام المساعد للشؤون الاقتصادية بالجامعة العربية إلى إقامة منطقة اقتصادية عربية حرة تخضع للمجلس الاقتصادي العربي التابع للجامعة تقيم فيها مشروعات وسوق عربية مشتركة.



د. عبدالحسن زلزلة

### راجيف يبدأ جولة أفريقية

نيودلهي - غادر راجيف غاندي رئيس وزراء الهند رئيس حركة عدم الانحياز نيودلهي صباح أمس في بداية جولة له في دول المواجهة الأفريقية مع نظام جنوب أفريقيا العنصري تستغرق خمسة أيام ويهدف خلالها إلى زامبيا وزيمبابوي وأنجولا وتنزانيا لإجراء محادثات تتعلق بتفويض في جنوب أفريقيا.

والدكتور زلزلة في حديث صحفي أن العمل الاقتصادي العربي المشترك قد يكون مفعلا منسبا للوحدة والتكامل السليم العربي مشيرا إلى أن الاقتصاد الإسلامي يشكل حلا مفيدا للمشاكل الاقتصادية الراهنة.

وأكد على أهمية دور القطاع الخاص في عملية التنمية العربية المشتركة والاعتماد بالزراعة باعتبارها تمثل حل للصناعة البنية الأساسية للمجتمع مع ضرورة التنسيق القومي في التعامل الاقتصادي مع العالم الخارجي.

وأوضح الدكتور زلزلة أن الحدود المائية ساعدت إلى حد ما في تجزئة الدول العربية أكثر من الحدود السياسية في الوقت الذي أصبحت فيه الدول العربية تقتصر على الأمن الغذائي والمالي.

وطالب بتنظيم القدرات الاقتصادية الصاعدة عن قلة عمل عام ١٩٨٠ والاعتماد على الإنسان في بناء الأساس الاقتصادي الواسع للعالم العربي.

### كرايسكي ينتقد أميركا وحليفاتها

مدريد - انتقد برونو كرايسكي مستشار النمسا السابق الأسلوب الذي تتبناه الولايات المتحدة الأمريكية وحليفاتها من الدول الأوروبية لحل أزمة البشير الحبيب.

وقال في تصريح لصحيفة ميا الألمانية أمس أنه ليس مقتنا باتهم التي توجهها الولايات المتحدة إلى ليبيا وخمسها بشار حلت (ليبيا) مشيرا إلى أن السلطات الأمريكية ردت أكثر من مرة أنها ستقدم دلائل ملموسة على ذلك ولكنها لم تثبت شيئا حتى الآن.

## الهند ترحب بقرار اختصاص المحاكم الهندية في نظر كارثة (بوبال)

نيودلهي - ذكرت وكالة الأنباء الهندية أمس أن الحكومة الهندية تشعر بالارتياح للحكم الذي أصدرته محكمة أمريكية بشأن اختصاص المحاكم الهندية بالنظر في تقرير الاضرار والتعويضات التي تطالب بها الهند على إثر كارثة (بوبال).

غير أن الهند رفضت هذا الحل التوفيقى.

### خسائر بالمالين

ويعتقد بعض المحامين أن الحكم القضائي الأمريكي الذي يعترف باختصاص وأهمية المحاكم الهندية والتعويضات المترتبة على كارثة بوبال قد يعمل على إحياء إمكانية التوصل إلى اتفاق (بالتسوية) بين نيودلهي ومجموعة اتحاد كاريبي للكيماويات.

وقد قرر المختصون هذا الحكم الذي أصدره القاضي جون كيتان رئيس محكمة نيويورك على أنه هزيمة للحكومة الهندية وخسائر الضحايا من الأمريكيين.

فغلاء المحامين الأمريكيين الذين تعفروا على بوبال لعرض خدماتهم على ضحايا الكارثة قد يكثفون على وجه أن يخسروا ملايين الدولارات التي أن يحلوا بالحصول عليها إلا إذا نظرت القضية أمام المحاكم الأمريكية.

وبناء على حجيات الحكم الذي أصدره القاضي كيتان أنه على عكس ما كانت قائله نيودلهي التي رفضت دعوى ضد شركة (اتحاد كاريبي) أمام المحاكم الأمريكية فإن القضية هي من اختصاص المحاكم الهندية.

وقد قدمت ١٦٦ دعوى أخرى للمحاكم الأمريكية بإسماء ضحايا الكارثة.

يعان محمد عبد المصطفى هليل من فقدان شماعة ميلاد ابنه محمد رقم ١٥٨٤٠٠/١٤٠٤/٢٠٠٠ تاريخ ١٩/٤/١٤٠٤ صادره من المكتب الصحي والحجر، يرجى من يجرها تسليمها إلى أقرب مكتب صحي.

تعلن مؤسسة عبد الله الأمين بشير للتجارة والمقاولات عن تعيين سكرتيرها محمد عيسى علي الباكستاني الجنسية المنشأ رقم ٢٤٥٨٩٤٠٠٠٠ صادره من جهة. والمقر رقم ٢٤٤٩٨٨٠٠٠ صادره من جهة. والمقر رقم ٢٤٤٩٨٨٠٠٠ صادره من جهة. والمقر رقم ٢٤٤٩٨٨٠٠٠ صادره من جهة.

## أخبار الخليج

### خلو الإمارات من التلوث الإشعاعي

ابوظبي - أقيمت الدراسات والاتصالات التي أجرتها دولة الإمارات العربية المتحدة مع المنظمات الإقليمية والدولية المختصة خلو دولة الإمارات من أي نوع من التلوث الإشعاعي الناتج عن حدث المفاعل النووي السوفياتي.

**لجنة مشتركة للتعاون بين سوريا وباكستان**

دمشق - أعلن أمس أن تم الاتفاق على تشكيل لجنة مشتركة سورية باكستانية للتعاون الاقتصادي والتجاري والطبي والتي على أن تقيم اجتماعها الأول في اسلام آباد قريبا.

وقد تم الاتفاق على تشكيل هذه اللجنة في الاجتماع الذي عقده الدكتور صباح بجوي وزير الدولة لشؤون التخطيط السوري أمس مع القائم بسفارة باكستان بدمشق.

وذكر أن هذه اللجنة ستقيم في اجتماعاتها بتسهيل العلاقات الاقتصادية العلمية والفنية وتعزيز المبادلات التجارية بين البلدين.

### (إيريا) تدرس إلغاء رحلاتها إلى ليبيا

مدريد - أعلن المتحدث باسم شركة الخطوط الجوية الإسبانية «إيريا» أن الشركة تدرس الآن إمكانية إلغاء رحلاتها الجوية إلى ليبيا.

وقد بين المتحدث ذلك إلى أسباب اقتصادية - مؤكدا أن آخر طائرتي القلت من مطار مدريد يوم الإثنين الماضي متوجهة إلى طرابلس لم يكن على متنها إلا ثلاثة ركاب فقط.

## جهود سورية للإفراج عن الرهائن الأمريكيين والفرنسيين في لبنان

واشنطن - ذكرت شبكة التلفزيون الأمريكية (سي. بي. سي.) ليلة أمس تقلا عن مصدر دبلوماسي أن الرئيس السوري حافظ الأسد يبذل جهودا مكثفة من أجل الإفراج عن الرهائن الأمريكيين والفرنسيين المختطفين في لبنان.

وأضافت شبكة التلفزيون أن اجتماعا عقد ليلة أمس الأول في دمشق بين الزعماء السوريين والإيرانيين هدّد خلاله سوريا بسحب جنودها من لبنان إذا لم تتقدم الأخيرة بإفراجها عن الرهائن.

وهناك اعتقاد بأن (حزب الله) الموالي لإيران يحتجز غالبية الرهائن في (بيروت) بسبب البقاء ورواح التلفزيون أن دمشق تحاول ممارسة ضغط على هذا الحزب اللبناني.

ومن ناحية أخرى ذكرت شبكة التلفزيون تقلا عن مصدر وثيقة الصلة بالخبايا الأمريكية أن جنودا سوريين اشتبكوا مؤخرا في معارك ضد مقاتلي الرهائن الفرنسيين والأمريكيين.

ألا أن السوريين أبلغوا الحكومة الأمريكية أنه ليس بوسعهم للمغفرة باستسلام القوة وقالا لو فعلنا ذلك فإنك لن سلم لكم إلا جثثا.

## عصابات المستوطنين تجتاح الأرض المحتلة

عن - ذكرت الأنباء الواردة من الأرض المحتلة أن عصابات صهيونية مسلحة شرعت في الأيام الأخيرة بمهجمة المواطنين العرب داخل مدنهم وقراهم على ما وصفه النصارى وقال حليفه شرطة الاحتلال.

ونشرت هذه الأنباء إلى قيام أفراد هذه العصابات بالاعتداء على المصالح والأشياء في مساجد مدينة رفح، وقطاع غزة المحتل وإصابة عدد منهم بجراح خطيرة والعيت بمحتويات تسليحهم وتدنيسها.

### عواصف رعدية على لبنان

بيروت - تفير لبنان منذ ليلة أمس عاصفة رعدية تسببت صباح أمس في إغلاق معظم الشوارع الرئيسية بعد ارتفاع منسوب مياه الأمطار في شوارع العاصمة اللبنانية والطريق الساحلي الخاصة على طريق مطار بيروت التي ارتفعت فيه مياه الأمطار حتى ٨٠ سنتيمترا.

ومنذ فجر أمس تعرض قرى إقليم الخروب والطريق الساحلي وبعض مناطق الجبل إلى سقوط الأمطار.

## مخطط المعاصرة رقم ١٠٠

هذا المخطط هو جزء من سلسلة من المخططات التي تهدف إلى تحسين الحياة المعاصرة في لبنان.

## للورش

نقدم لكم خدماتنا المهنية في جميع المجالات.

- البيع في نفس المخطط.
- الإيجار - مغرة - حيا.
- بيع في المنطقة الجيدة من كركار، سار، تلقت، حيا.
- بيع في المنطقة الجيدة من كركار، سار، تلقت، حيا.

فسارعوا إلى الحفظ من الفرصة.

## لا فرق.. فالمعنى واحد..!

لا توجد مؤسسة لا تتطلب علاقات جيدة مع المؤسسات الأخرى، من أجل الأداء الأمثل.

ولا توجد بدائل لتطوير هذه العلاقات، حيث لا يستطيع أي شخص القيام بعمل ما، بالاعتماد على النشاط العام.

إن الشركة التي تساهم في حل مشاكل المجتمع، تكون تقدرا شعبيا ورميما وتحقق تلقائيا الاحترام والدعم.

وعن هذه الطريقة تستطيع الشركات تحقيق مبيعات أكثر بالمقارنة مع الشركات الأخرى.

هناك عدة أهداف يستطيع خبير العلاقات العامة تحقيقها. وهذه الأهداف هي أساس برامج العلاقات العامة.

إن العلاقات العامة المتخصصة توجه كل نشاطاتها نحو تحقيق منتج عمل أفضل.

باختصار، فإن برنامج العلاقات العامة الناجح، ولعل لنجاح، يعنيان نفس الشيء..!

## شركة تهمامة

إدارة العلاقات العامة

بالتعاون مع:

شركة (هيل آند نيلتون) الحالية للعلاقات العامة - نيويورك

مستودع بريد ٥٤٥٥٠٠ جده ٢١٤٢٢ - تليفون: ٦٤٤٤٤٤٤

تلصك ٤١٠٥٠٠ بوجاه تها مكو - فاكس: ٦٥١-٢٢٢٨



[illegible]

منه حسين عياده عبدالحيبي - اجال  
 عياده ابراهيم السنوسي - اوى احمد  
 مبراهيم - اريج ابراهيم حامد محمد  
 خليل - اودار تلجي محمد عبدالقادر -  
 سماعيل مصطفى كليون - اللهم خير محبوب  
 - امل - اماني عبدالصالح المندمحم - احمد  
 امل عيسى احمد ازمرى - امل عبدالرحيم  
 محمود الخول - امل محمد بختيت الجبني -  
 مريمه محمد هادي الفحيط - ايمان  
 سعيدة ياسويين - ايمان محمد تالاع  
 - بكتي شمس الدين سيد مغيث  
 الدين - بسام عياده حسن الطوحي -  
 حسين عياده عبدالحيبي - تالاع

منه حسين عياده عبدالحيبي - اجال  
 عياده ابراهيم السنوسي - اوى احمد  
 مبراهيم - اريج ابراهيم حامد محمد  
 خليل - اودار تلجي محمد عبدالقادر -  
 سماعيل مصطفى كليون - اللهم خير محبوب  
 - امل - اماني عبدالصالح المندمحم - احمد  
 امل عيسى احمد ازمرى - امل عبدالرحيم  
 محمود الخول - امل محمد بختيت الجبني -  
 مريمه محمد هادي الفحيط - ايمان  
 سعيدة ياسويين - ايمان محمد تالاع  
 - بكتي شمس الدين سيد مغيث  
 الدين - بسام عياده حسن الطوحي -  
 حسين عياده عبدالحيبي - تالاع

ابتهاسم عادل سالم الخلزداد - اربع محمد  
سليمان عبده - الهام عمر محمد عطل -  
اماني محمد كشري عاشور - امير محمد  
قريبان روزي - ايمان احمد محمد دلول -  
امين عبدالقادر منصور العيله -  
عظيم محمد سليمان - بتول مرقوق ايهان  
النخل - بدرية عبدالرحمن حمود  
الكوكبياني - بدرية علي حسين محمد  
الفردي - بدوي الشريف علي محمد سند -  
يسمى صالح سالم عوران - بهبه عبدالقادر  
رتي التركي - ثريا محسن عيسى حسين -  
جواهر احمد حمزه علي - حليمه عبدالكريم  
محمد رفيق - حنان السليبي احمد عبوتيه -  
حنان حسين حسين السيد علي احمد - حنان  
الشريف بكدي رويج - حنان خالد محمد  
مظهر حمود - حنان علي محمد العطاسي -  
حنان ولي مصطفى مراد - حنان محمد  
صالح الحربي - حورية جعفر حسين  
النخل - رانيا وائل توفيق القوي - رويد  
عثمان علي الزوياتي - زينب سميحه  
نويخل الصبحي - سحر عبده طه مغريل -  
سحر محمد علي الفضوازي - سعد  
مصطفى عبدالرحمن منتي - سكينه محمد  
الاحمد

خزائن - ميسون عبدالله محمد الخضمر -  
معملة - نجلاء عويش العربي - نادية  
عبدالحسين - نجلاء حسان عثمان النصر -  
شوقين سالم ميرك بلاضوي - شيرين  
عبدالله علي غيبي - شيرين هداية الهادي قاري  
محمود - نشيعة عبدالرشيد صلاح النخعي  
نهادي محمود عبدالعزيز الحجام - نوال مسلم  
سليم الحربي - نورا محمود حميد  
الحري - هالة مصطفى احمد عبدالرحمن -  
احسان حسان محمد صديق - وائان واين  
مازن الحربي - هيام حسين ابراهيم مرعي -  
واسماء علي مصطفى اليوكريش - وصال محمد  
بله بله

ابتسالم سالم بريك الرادى - ابتسالم  
سعيد الجهنى - اريج عبدالرحمن محمد  
الفاىس - ايهاب السيد عبدالعزى هاشم -

عبد عثمان اسكندر محمد - اهل احمد  
دی - اهل احمد محمد مهدی - امة

.....

**فيسل محمد بدر**

مناون حمام  
من الخبرة  
تفاني في الفقه

مكة المكرمة - شارع السنين  
مخطط بدر - هاتف ٥٤٥٦٢١٩ - ٥٤٥٣٤٤٣  
ص.ب. ٧٨٥ - تليكس ٤٤٠٢٦٦ SOLARI SJ

**الثمرات**

مكة المكرمة - شارع السنين  
مخطط بدر - هاتف ٥٤٥٦٢١٩ - ٥٤٥٣٤٤٣  
ص.ب. ٧٨٥ - تليكس ٤٤٠٢٦٦ SOLARI SJ

**السريحي**

مكة المكرمة - شارع السنين  
مخطط بدر - هاتف ٥٤٥٦٢١٩ - ٥٤٥٣٤٤٣  
ص.ب. ٧٨٥ - تليكس ٤٤٠٢٦٦ SOLARI SJ

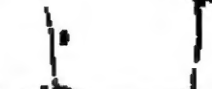
**سيمان ابراهيم جرجي**

أفخم وأرقى  
موديلات المجوهرات

مكة المكرمة - شارع السنين  
مخطط بدر - هاتف ٥٤٥٦٢١٩ - ٥٤٥٣٤٤٣  
ص.ب. ٧٨٥ - تليكس ٤٤٠٢٦٦ SOLARI SJ

	<p><b>حفظنا نظف بي بي نوڤ</b></p> <p>التي تمنع طفلك من الإصابة بسرطان وعيشة صحية</p>	<h1 style="text-align: center;">باندروز</h1> <p style="text-align: center;"><b>حما نظف الأطفال الأكبر انتشارا في العالم العربي</b></p>
--	--	--

**مخابر وطليحات**  
مكتبة الحكومة وفروعها  
يترهان تقديم للمواطنين الحكوم  
جميع أنواع الخبز والعلويات العربية ولا ف


**مجدد وهادي**  
 الزمان : أواخره بنده  
 مهلة الزرع : غرة ما في البرية  
 أواخره الحزيرة : بالعليا  
 أواخره التسميم : المركزية  
 الغصة : شركة أواخره العقوبة  
 أواخره : مهلة فابلا الحماجات  
 ٥٤٤٤٦١٨ هـ



## وجهة نظر

### حقيقة الصوم

ليس كل من زار الكعبة حاجاً مقبولاً حجه .. وليس كل من صام رمضان مقبولاً صيامه .. إن الصوم الذي يعتبره الشرع ويقدر ويرجى له القبول ليس مجرد الامتناع عن الطعام أو الشراب وغيرهما من شهوات البطن والفرج إنما الصيام صيام عن سائر ما يقضب الله عز وجل .. وصيام عما سوى الله عز وجل .. وتوجيه النية وتحصيلها لله عز وجل في كل عمل صغير أو كبير .. حتى ساعة الاقطار .. يجب أن تتوجه النية عند تناول الطعام إلى التقوى به من أجل مواصلة العبادة وإمسك الحياة لأحسن الخلافة عن الله عز وجل في أرضه ..

ويقول النبي صلى الله عليه وسلم : « من صائم ليس له من صيامه إلا الجوع والعطش » ويقول ﷺ : « من لم يدع قول الزور والعمل به فليس لله حاجة في أن يدع طعامه وشرابه »

وهذا فإن صوم مرتكب الكبيرة غير مقبول عند الله .. وكذلك الذين يتأمرن على فتنه أو يبيتون ويضربون على سوء ليسوا على شيء في صيامهم .. ولما الذين آمنوا إذا تتاجرتهم فلا تتناجوا بالاثم والعتوان ومعضية الرسول وتتاجروا بالبر والتقوى واتقوا الله الذي إليه تحشرون »

فليس الصوم مجرد تدريب على تعود الحرمان بالجوع لفترة ربما يقضيها البعض نوما فرارا من الالتزام .. وإنما الصوم تدريب على السمو بالنفس من الوقوع في مهادن الرذيلة والالتكباب في الشر بحضائد اللسان والاذن والبصر .. والا كان معنى يقول الرسول ﷺ : « صائم ليس له من صيامه إلا الجوع والعطش »

إن الصيام توجه كامل لله تعالى نابع من داخل الانسان ولاهدف له الا مرضاة الله عز وجل

## قل تعلم ان :

ويوجد في الطبيعة ١٠/١ وحدة من هذه الوحدات وهي لا تؤثر على حياة الانسان

## كلمات مضيئة !

● لا تنتم الا من شيء يضرك غدا .. ولا تخرج الا بشيء يسرك غدا !

● من كان غناه في قلبه لم يزل غنيا !

● من قصد بجوانحه المخلوقين لم يزل محروما !

## كلمات نورانية

● أفضل الصدقة ان تعين بجاهك من لا جاه له

● القناعة دليل الأمانة ، والأمانة دليل الشكر ، والشكر دليل الزيادة ، والزيادة دليل بقاء النعمة

● أجبر الناس على الاسد أكثرهم له روية ، فتم صومعة الرجل بيته

## عالم الخفافس !

● قال الحكيم : إذا رأيت انسانا لا يسمع الحكمة والعلم ، ويتر من مجالة العلماء ، ويألف أخبار أهل الدنيا ، فافقه بعالم الخفافس فإنه يعجبها أكل البعدرات ، وبلاسة النجاسات ، وتتر من ربح المسك والمزود ، وإذا شمت الرائحة الطيبة ماتت لوقتها !



## صحتك في رمضان ..

### الفوائد الصحية للافطار على التمر او الرطب او الماء

كان رسول الله ﷺ يقطر دائما أما على رطبات فإن لم تكن رطبات فتمر أو حسوات من الماء ..

عن سلمان بن عامر رضي الله عنه عن النبي ﷺ قال : « إذا افطر أحدكم فليقطر على تمر فانه يبركه » فان لم يجد تمرأ فليأكله فانه طهور .. رواه ابو داود والترمذي وابن ماجه وابن حبان

والطاقة تأتي من تناول غذاء في صورة مادة دهنية أو نشوية أو سكرية أو بروتينية ثم تتحول بالنسبة الى السكر احادي- جلوكوز- ليصل الى الدم .. ويحترق بالنسبة مولدا للطاقة كذلك فالجسم في حاجة ماسة لتعويض الماء وإزالة الشعور بالعطش .. وأسرع شيء يمكن امتصاصه والنشوية وبخاصة تلك الحاوية على سكر احادي جلوكوز او ثنائي سكرين لأن المواد السكرية في صورة محلول مائي يمكن امتصاصها في صورة عيسرة بالعدة والامعاء خلال مدة قصيرة ٥ - ١٠ دقائق بالنسبة للعدة والامعاء الخالية كما هو الحال بالنسبة للصائم .. والرطب يحقق هذه الفائدة إذا أنه يحوي حوالي ٢٥٪ من وزنه مواد سكرية ، و ٧٨٪ من وزنه ماء .. و ٢.٣٪ من وزنه بروتينات وحوالي ٣٪ نيف سيلولوزية و ٠.٦٪ دهون .

● اما الثمر فالجزء المتكامل حوالي ٧٨٪ من الوزن (لوجود النواة) وبه مواد سكرية حوالي ٧٢٪ من وزن الجزء المتكامل و ٢.٣٪ بروتينات ، و ٢.٦٪ دهون و ٢.٤٪ ليف سيلولوزية وحوالي ٢.٢٪ ماء - ويعني هذا ان تناول الرطب او التمر يزيد الجسم بمادة سكرية

● المواد النشوية المشبعة المنسربة تنتشر في منطقة الحرق في مساحة تمتد عشرات الاميال حولها ثم تتكون سحابة من المواد النشوية المشبعة وتتخذ مكانها في الغلاف الجوي حسب اتجاه الرياح وحالة الطقس وتكون عدة دورات حول الارض حتى تتلاشى (ومن المواد المشبعة التي تتسرب عادة البود المشع ومادتا السيزيوم والكربونين)

● المواد المشبعة المنسربة تهدد حياة البشر حسب قوة الجرعات النشوية وكثافتها ونوع الاشعاع ومدة تسربه الى الجو .. وظروف الطقس المحلية والوقت الذي تستغرقه عملية نقل الضحايا من منطقة الحرق والقرب او البعد من الموقع المشتعل .

● مستوى الاشعاع النووي الذي يتعرض له الشخص يقاس بوحدة قياس تعرف باسم مراه وهي اختصار لعبارة مجرة الاشعاع المتأين ،

والحق ان وراء هذا البدي النبوي حكما رائعة وهذا طبيا وصحيا عظيما .. ويلاحظ ان رسول الله ﷺ اختار هذه الثلاث ولم يلجأ لاشياء اخرى برغم توفر العديد من البدائل .. وهذا يمكن سر الاعجاز بروعة النبوة والوحي .. فافهم شيء يجب تزويد الصائم به حال فطره .. هو طاقة جديدة تعوض ما فقدته نهار صومه .

## الضوء الاحمر

● اكتت الهيئة التفتيشية لمؤتمر الاسلامي للعلماء ان سبيلهم الحركة الصهيونية على فلسطين وبيت المقدس يعمل تهديدا واضحا لسلامة والاستقرار في المنطقة وقد حظرت الهيئة من مغبة العودة التي قام بها النصارى بوحدة بولس الفلني ملك المماليك لتكسبه يهوديه في روما بوحرا وحده في برهيه وحجته الهيئته في ليبيا ان تصيبوه هجرة عن استعمال هذه التزيينات واستمرارها بدعم الجيش الصهيوني

● نشرت صحيفة سينتر پوست انتي جيسيس الامريكية الاسبوع الماضي ان صفات الانبياء التي تسير بها اتياء التي تسمح بتفريقه فاعل نووي عريخي بني منذ ٣٢ عاما في هانغونج بورتيا واشتغل معرضه تعطيل وسوف يقد تغيرها

## الاغتسال والمضمضة والاستنشاق في نهار رمضان

أختي المسلمة : ويحذر الاستنشاق والمضمضة في وضوءك دون مبالغة فالبالغة مستحبة في أيام غير الصيام .. بل هي مستحبة في الوضوء من بعد الاقطار حتى الفجر .. اما في نهار رمضان فلا تستحب المبالغة . وقد حدث فيما اذا ادخل ماء المضمضة او الاستنشاق الى جوف المتوضوء خطأ .. فقال البعض بفساد الصوم الا ان الامام احمد بن حنبل واسحاق والاوزاعي والناصر والامام يحيى واصحاب الشافعي قالوا : انه لا يفسد الصوم تماما كمن يشرب او ياكل ناسيا فقد عفى الله عز وجل عن الخطأ غير العمد والنسيان . ونحن نميل الى هذا الرأي . الا اننا نحذر الاحتياط الشديد وعدم المبالغة في استخدام الماء .

أختي المسلمة : يباح لك في نهار رمضان وانت صائمة الاغتسال ولو لتقليل الحر وتبريد الجسم .. ويجوز للمضمضة والاستنشاق دون مبالغة .. فقد ورد عن ابي بكر بن عبد الرحمن عن رجل من اصحاب النبي ﷺ قال : « رأيت النبي ﷺ يصب الماء على راسه من الحر وهو صائم » (رواه احمد وابو داود والنسائي ورجال اسناده رجال الصحيح) وهذا الحديث فيه دليل على انه يجوز للصائم ان يصب الماء على رأسه لانهما ما يجد من الحرارة ولجلب الطراوة والبوردة ولو كان صب الماء على يده كله او جزء منه .. وقد ذهب الى ذلك جمهور الفقهاء ولم يفرقوا بين الاغتسال الواجبة والمستنوبة والمباحة .. وان كان المستنبة قالوا بكراهية الاغتسال للصائم الا اننا نميل لرأي الجمهور ولامنع من الغسل .

ياذا الذي ما كناه الذنب في رجب حتى عصى ربه في شهر شعبان لقد اظلك شهر الصوم بعددما فلا تصبره ايضا شهر عصيان واتل القرآن وسبح فيه مجتهدا فبانه شهر تسبيح وقرآن !

## مواقيت الصلاة

الزمن	فجر	اشراق	ظهر	عصر	مغرب	عشاء
مكة	٤:١٨	٥:٤٣	١٢:١٧	٣:٣٥	٦:٥٢	٨:٥٢
المدينة	٤:٢٨	٥:٥٣	١٢:٢٨	٣:٤٣	٦:٥٨	٨:٥٨
الرياض	٤:١٥	٥:٤٣	١٢:٢٢	٣:٤٧	٦:٥٨	٨:٥٨
الدمام	٤:١٤	٥:٤٣	١٢:٢٢	٣:٤٧	٦:٥٨	٨:٥٨
بريدة	٤:١٧	٥:٤٣	١٢:٢٢	٣:٤٧	٦:٥٨	٨:٥٨
تبوك	٤:١٧	٥:٤٣	١٢:٢٢	٣:٤٧	٦:٥٨	٨:٥٨
عرعر	٤:١٧	٥:٤٣	١٢:٢٢	٣:٤٧	٦:٥٨	٨:٥٨
ابها	٤:١٤	٥:٤٣	١٢:٢٢	٣:٤٧	٦:٥٨	٨:٥٨

## اخلاق المتقين في نور التلاوة

التقوى هي جماع الخير كله .. وهي ثمرة الاخلاق والوصايا القرآنية ونحن في شهر رمضان .. الذي جعل الله عز وجل التقوى ثمرة الصيام فيه والصيام طريق لتحقيقها ان خلصت النوايا والاعمال - الصيام والقيام - لله عز وجل ..

ومما ورد في الحديث على الاخلاق الفاضلة قوله تعالى في وصف عباده المتقين « وسارعوا الى مغفرة من ربكم وجنة عرضها السماوات والارض أعدت للمتقين » الذين يتفقدون في القراء والضرء والكاملين الغيظ والعافين عن الناس والله يحب المحسنين « فهو سبحانه يحث عباده المتقين الى المسارعة الى التوبة عما وقع منهم من ذنوب وخطايا والتوبة موجبة للمغفرة والمغفرة هي الستر وعدم المؤاخذة بالذنوب ثم ذكر سبحانه الجنة وعطفها على المغفرة او وسارعوا الى جنة وهذا يكون بالمبادرة الى اداء الطاعات والابتعاد عن المحرمات التي حرمت من اجل ضررها عليهم اما في الدنيا والاخرة ثم اخبر عن صفة من صفات الجنة وهي اتساعها وعظمتها وهذا كما في الآية الاخرى في سورة الانسان حيث يقول تعالى « وإذا رأيت ثم رأيت نعيما وملكا كبيرا » واخبر ان الجنة قد أعدت اى هيئت للمتقين ثم ذكر بعض اخلاق هؤلاء المتقين وهي اخلاق عالية جدير بالمسلم وكل من له عقل ان يتحل بها ومن هذه الاخلاق الفاضلة بذل المال وانفاقه في طرق الخير على اى حال كان ذلك الرجل الذي عنده مال ويريد تطهير نفسه من الاخلاق الذميمة كالشرب واليخل قهر يتصدق من ماله الزائد عن حاجته الضرورية سواء كان موسرا او معسرا وهذا الخلق

عبدالله عبد الرحمن رمزي

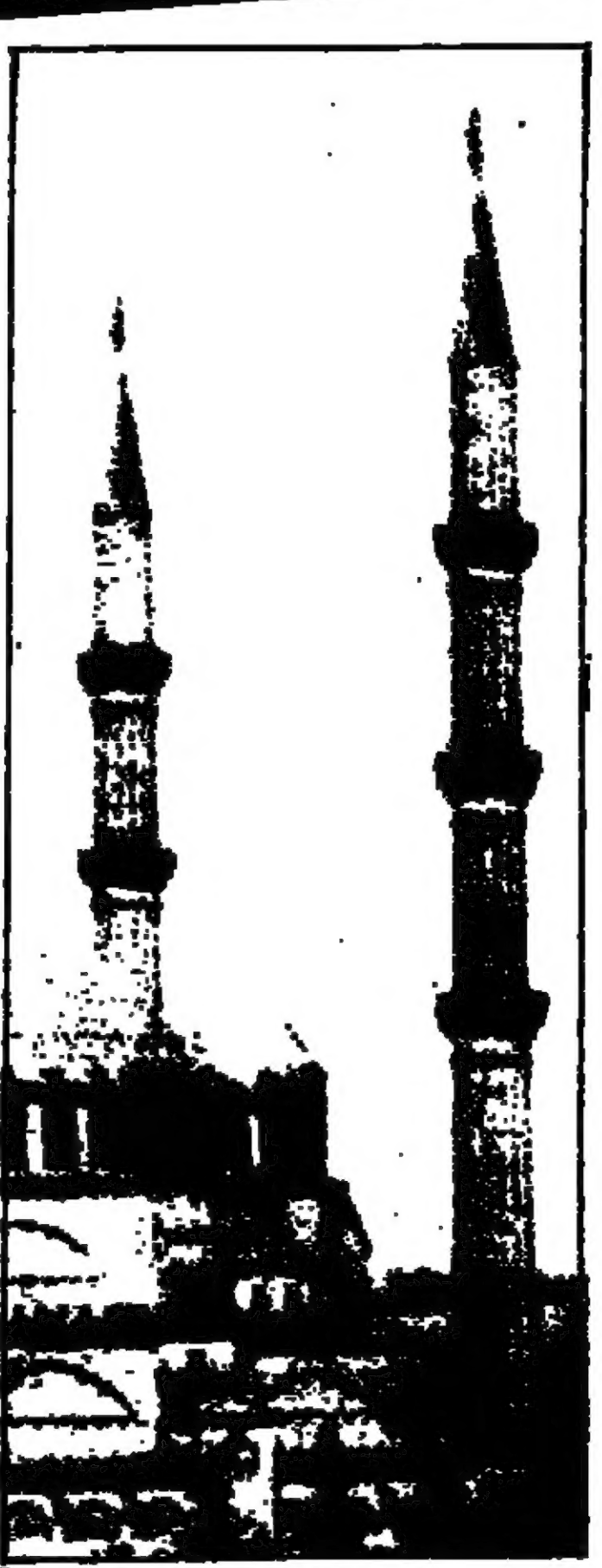
## للتأمل !

غلا السعر في بغداد من بعد رخصه وإنسى في الصالحين بياض واشق فليست اخاف الضيق والله واسع غناه ولا الحرمان والله رائق

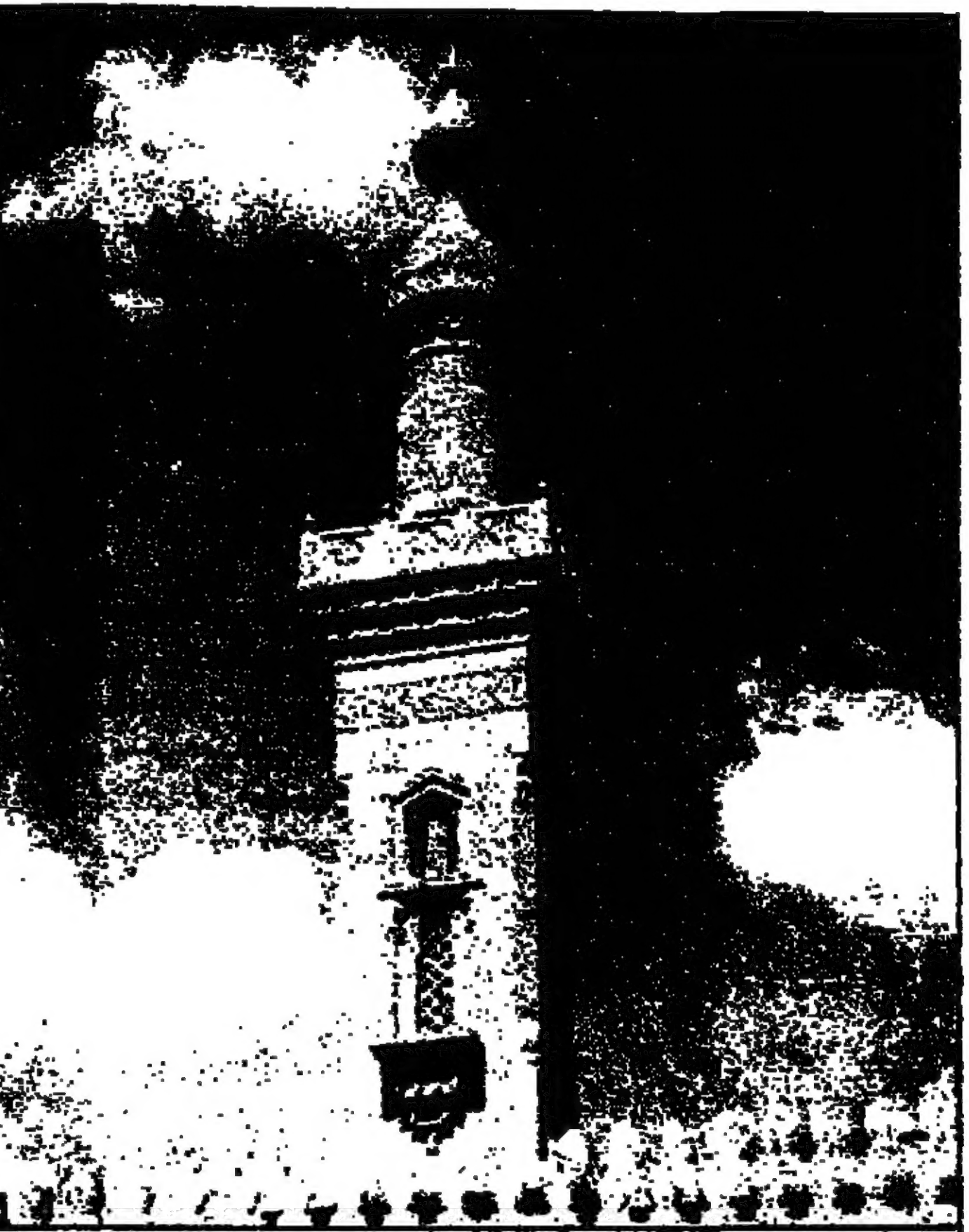
## كلمات للتبهر !

● لم يذهب من مالك ما وعظك !  
● اذا أحسست يوما ان كبر السن يغفل يدك عن فعل شيء ما ، فافعله لساعتك !!

## فقه المرأة المسلمة



إعداد: محمد عيسى داود



## زاد الصالحين

ليس تفسيراً .. إنما هي نظرات واستشراف بمعايشة نور القرآن الكريم والاستنصاء به في رحلة الحياة .. ولكل رحلة زاد .. وزاد الصالحين هو القرآن الكريم !

## سورة القلم ٢٠

الاعتراف بالحق فضيلة .. والاقتران بالخطأ فضيلة ولا عيب ان يخطئ الانسان .. لكن العيب كل العيب ان يصر على الخطأ ويتنادى في العصيان والتمرد .. وما احلى العود لله عز وجل ..

وهؤلاء اصحاب جنة سورة القلم في حيرة من امرهم وامر جنتهم التي اصبحت سرايا بعد عين .. وهذا احدهم يجل لهم اللغز .. ويضع يديه على طرف الخطيئة .. « قَالَ أَوْسَطُهُمْ أَلَمْ أَقُلْ لَكُمْ لَوْلَا مُبَيِّنُونَ » (سورة القلم - آية ٢٨)

لما ظهر لأصحاب الجنة خطوهم وانهم في ضلال من سعيهم انبرى واحد منهم يبدو - كما تدل الآية - انه وعظمه اول الامر ونصح لهم من قبل الا يمنعو المساكين حقه .. وكان هذا الناصح اوسط رفاقه .. اى : خيره واعدهم رأيا واسرعهم رجعة الى الله .

والوسط من كل شيء : خيره واعده .. كما في قوله تعالى « وكذلك جعلناكم امة وسطا » ..

وقوله « لَمْ يَأْتِ اَقْلَ لَكُمْ » في تفيد انه نصح لهم من قبل فعلا .. ومعنى « لَوْلَا » .. هلا .. فهي تفيد الحث والدعوة الى تسبيح الله واستغفاره وطلب العفو ..

« قَالُوا سُبْحَانَ رَبِّنَا اِنَّا كُنَّا ظَالِمِينَ » (سورة القلم - آية ٢٩) اعتراف بالعصية .. وتنزيه لله عز وجل .. والظلم هنا يشمل ظلم النفس وظلم المساكين بمتعمه حقا من الحقوق التي اقرها لهم الله عز وجل .. « فَأَقْبَلَ بَعْضُهُمْ عَلَى بَعْضٍ يَتَلَامِظُونَ » (سورة القلم - آية ٢٠)

وهذا التلازم يدل على ضعف النفس البشرية .. فعادة ما يلزم الانسان نفسه او غيره اذا وقع في خطأ ما .. وان كان هذا اللوم لا يغني فتيلنا عن مسؤوليته ومؤاخذته ..

وهؤلاء بعد ان اقررو بذنوبهم ورجعوا الى الصواب ينتزيه خالقهم والاعتراف بخطيئتهم اقبل كل واحد منهم على صاحبه يلومه ، ويذم انه هو الذي اغراه بالعصيان ، وحثه على التمادي في مخالفة الناصح او عدم الاعتناء بحقوق المساكين وترك طعامهم من جنتهم ، فيقول احدهم : انت اشرت علينا بهذا الرأي المعكوس ، ويحييه الاخر : بل انت خوفتنا الفقر من الاتفاق على المعوزين ، ويقول ثالثهم او اوسطهم : انتم الذين لم تسمعوا قولي ولم تصفوا الى نصحي .

سبحانه الله .. هذا التلازم دائما يحدث عند سوء العاقبة .. على اى مستوى .. وفي اى مجال .. وهذا من روائع القرآن الكريم في تفرج النفس البشرية واحوالها .. فعند وقوع المحذور يتصل كل شريك من التبعية ويتوجه باللوم الى الآخرين .. ولكن اما من ناحية ايجابية بعد هذا التلازم السلي ١٥ [يتبع]















[illegible]















الاسم : شارع (110) عمارة النيل (ج) شقة ٢٠٥ - ت ٨٧٥٤٥١  
 رقم : عمارة محمد علي الخبير ت ٧٦٤١٥٦٥  
 المدينة : بغدادية - عمارة الجوهرة ت ٧٤٤٧٨٨

<b>تسليم</b>	• الشيخ أحمد بن محمد الفهم الصغرى
<b>المحكمة الكبرى</b>	• ابن أبي عمير عن عبد الله بن مسعود - 87 هـ
<b>الرواية</b>	• شيخنا العلامة أبو جعفر الطوسي
<b>إسماعيل</b>	• الشيخ أحمد بن عمرو السجستاني

من قبل غير صاحبيها بعد مخالفة  
عليها النظام .

■ تقدم إلى إدارة الأحوال المدنية في اللا  
هواطين محمد علي بناسين صاحب مقيد  
دفتر حليفته رقم ١٤٠٥٠٠ وتاريخ  
١٤/٥/١٤٠٠ سجل دفن فقد منه .

يرجى من يعثر عليه ان يسلمه لاد  
الأحوال المدنية أو إلى أقرب ا  
أحوال مدنية - لان حيازة هذه الحليفته  
اخفايا بالعثى بدموتها أو استعماله  
من قبل غير صاحبيها بعد مخالفة  
عليها النظام .

١- أن يكون المبنى من الاستمات المسجل وجيد التشطيب خالياً من العيوب الفنية عليها تشطيباً.

٢- أن يملك صاحب المبنى فسحا بالبناء وصفاً شرعياً بملكيتها ولا يكون من منشوبي وزارة المعارف.

٣- أن يحتوى على غرف واسعة.

٤- أن تكون الغرف صحيحة وجيدة التهوية والإضاءة.

٥- أن تكون دورات المياه صحيحة وجيدة التهوية وعمداً عاك.

٦- أن تغذى دورات المياه بوجود شبكة تغذية وخزان أرضي علوي بحجم مناسب.

٧- تكون الإضاءة للعناني التي يجانبها أثناء ملوك لصاحب المبنى ومواقف للسيارات.

فعل من يتوفر عنده المبنى المناسب وتتوفر فيه الشروط المنشر بها ويرغب في تاجره مراجعة الشؤون المالية الاجور بالشبكة لاتحاط على ميناه في موعد غايته اسبوع من نشره ...

٢٥٩٠ متر

غريا فسحة باقي ملك المبنى وتسلم الحد

شمارع بطول ٢١٦٠ متر

شمارع ملك مقبول بن حامد بطول ٢٥٩٠ متر

مينا : سيل عرض ٣ متر وتسلم الحد ملكه

شمارع جابر بطول ٢٥٩٠ متر والمساحة الاجمالية ٦٠٨٩١ م٢ مربع - وطلب حجة استعماله بذلك وكل من له معرفة بتقديم المسحكة في مدة شهر من تاريخ نشره وإذا مضى الشهر ولم يعارض احد في ذلك يجري الزعم .

احصاه او اكتب بمسوحته او المساحة

من قبل غير صاحبه بعد مخالفة يعاقب عليها النظام

تقدم او ادارة الاحوال المدنية في الليث

انواطن محمد علي ياسين الصعب مفيد ان

دفتر حليفته نفوسه رقم ١٤٠٥٥ وتاريخ ١٤٠٤/١٢/١٥ سجل قد فاد من

يرجي من يعثر عليه ان يسلمه لادارة الاحوال المدنية في او الليث اقرب ادارة

احوال مدينة - لان حيازته هذه الحليفه او اخفاها او اللبث بمسوحته او استعمالها

من قبل غير صاحبه بعد مخالفة يعاقب عليها النظام





## الصيام وامراض القلب

● في الصيام منفعة لكل الامراض

● بالصيام نبتعد كثيرا

عن البدانة واكتناز الشحوم

● الصيام فيه منفعة ليس فيها جدل لكل امراض القلب ويدون استثناء هذا ما اريد ان ابدأ به حديثي عن الصيام وعلاقته بامراض القلب وان تكن البدانة وفرط التغذية السبب المباشر لكثرة امراض القلب ، فان الصيام والاقبال من الطعام هو علاج لجميع امراض القلب ويدون استثناء ..

## ● الاقلال من تناول الطعام يساعد على تخفيف الوزن مما يؤدي الى تنظيم ضربات القلب

ان الانسان في وجبتي السحور والافطار مثل او اكثر من الكمية التي كان يستهلكها في الوجبات الثلاث في غير ايام رمضان لانه في الثابت والمؤكد ان غالبية الصائمين يستهلكون في رمضان المبارك اكثر مما كانوا يستهلكونه في الشهور الاخرى هذا واضافة عن عدم تحقيق الهدف من الصيام فانه يأتي بضرر اشد لان المعدة تضطر لاستقبال ومضغ كمية اكبر من الطعام بكل وجبة منفردة وبهذا ينشأ عسر الهضم التي تكثر مشاهدتها في الايام الاولى من شهر رمضان المبارك في المشاي وهذا طبعا ناجم عن سوء فهم الصيام والهدف منه . ويرجاني من جميع الاخوة الصائمين ان يتقنوا الهدف الاساسي من الصيام وانه وسيلة وقائية وعلاجية فرضها علينا ديننا الحنيف لما لها من منفعة لنا جميعا سواء المرضى او السليمين وعليها جميعاً ان يلتزم باداء الصيام في هذا الشهر المبارك حتى تتحقق المنفعة من صيامنا وحتى نثال رضى الله عز وجل وان نخرج من هذا الشهر المبارك طهرون نفس والجسد ان شاء الله تعالى .

### قراءات لك

- اخوتنا الشباب : انتم رجال المستقبل . ووطننا الحبيب في حاجة الى قوتكم المستمد من صحتكم فلا تهملوا هذه الصحة الغالية او تضاعفوها بقلبيخ .
- اخوتنا الشباب : لقد ثبت بما لا يدع مجالاً للشك فضل التكنين الصحية والاقتصادية والاجتماعية . كما اثنى العلماء والمشاريع بما يثبت مخالفتها للتخصص الدينية . ولقد اثبت وايكم شر هذه العادة الخبيثة .
- اخي الكريم : بما ان العلاقة ثابتة وثيقة بين التدخين والمرض فالاختيار متروك لك بين ثقافة التدخين ونعمة الصحة . متعنا الله وايكم بعافور الصحة والعافية .
- اخي الكريم : بعد ان سمعت الكثير عن اضرار التدخين والتحذير من اخطاره فقد قد .. هل يمكن التخلص .. حادة التدخين ؟ تقول نعم . وعيادات مكافحة التدخين ترحب بك دائماً ان كنت قد تعومت عليه . وتضع يدك في يدك من اجل التخلص من هذه العادة الضارة .
- ايها الآباء : لاشك انتم قدوة حسنة لابنائكم فامتنعوا عن التدخين رجعة بهم . فمهم امانة في اعناقكم . فلتحفظوا على هذه الامانة وفلكم الله .
- مع تحيات ادارة التوعية الصحية
- بالطب الوقائي بوزارة الصحة

### خطابكم وصل

- الاخ سعد عتيق الحارثي اشكر على اهتمامك بما ينشر بالصفحة . وبالنسبة لما طلبته من مادة رمضانية فهذا متاحول ان نوفر بها طبعة ايام هذا الشهر الكريم واعتقد انك تلاحظ ما طلبته منشوراً بصفحة اليوم ..
- الاخ سعد خليل . لاشك ان الصيام يعالج الكثير من الامراض التي نذكرتها .. وصفة اليوم تحتوي على بعضاً مما جاء في استفسارك .. وكل سنة وانت طيبة .
- الاخ فاطمة علي ماطيتي سوف تجدني بصفحة الاسبوع القادم . وهذا ماسوف نأتيه الكتابة عنه بالقلم بعض الاطباء .
- كريمة ق . الصفحة لم تتغير واعتقد انك انت الان لا تحتاج عليها الاسبوع الماضي حيث نشرت يوم الخميس وكنت ماطيتي بها .. على كل اشكر على اهتمامك بالصفحة .

# الاهمة



إعداد: عبد الله مبارك بامفلح

اختتمت جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية بالظهران - كلية الدعوة والإعلام - الدورة الدينية التي استغرقت لمدة ثلاثة اسابيع والتي شارك فيها العديد من الاطباء الذين سيعتبرون للخارج حيث التفت العديد من المحاضرات التي تحت المبحث على ان يكون سفيراً للبلاد مؤتمراً على دينه في البلاد وهناك العديد من الفوائد الطبية الخاصة بالاستئناس ايام رمضان وهذا ماسوف تعود اليه بالذات ان في صفحة قادمة .



## ● يجب ابعاد الطفل من دخول المطبخ وقت اعداد الوجبات

تزداد مهمة السيدات في شهر رمضان ويزداد مكوّنهن في المطبخ لاعداد الاصناف المتعددة والمتنوعة من المأكولات المختلفة للافطار او السحور والذي يخشى منه مشاركة الاطفال امهاتهن حيث ان هذه المشاركة غير مشكورة بل هي نوع من العبث بمحتويات المطبخ والتواجد اثناء الاعداد الذي كثيراً ما يؤدي الى حدوث مالا تحسد عليه ..

### ● الربوت والدوات

### المشتعلة مصدر

### خطورة كبيرة

مضاعفة من الاطفال صغار السن بزيت القلي أو لثاء الساخن او المأكولات الساخنة ولتلاقي مثل ذلك عزيزتي الام هيئي لطفلك جواً من الانشغال بعيداً عن مطبخك ومغلق المواد الساخنة والحارقة فيمكنك توفير الادوات المسلية من الالعب او تعويده لمراقبة برامج التلفزيون خاصة وان اعلاننا السعودي يتيح البرامج المناسبة للاطفال للفترة ما قبل وقت الفطور .

تمنيتان لك بافطاراً شهيئاً وسحوراً مباركاً .. مع تحياتي نوره عبدالستار مستشفى الملك عبدالعزيز



## الصيام يقلل من الرواسب وإلتهابات اللثة



فرشاة الاسنان بعد وجبة السحور وهذا هام جداً كما يجب استعمالها بعد تناول طعام الافطار - وبصورة مستمرة يومياً .. ويمكن استعمال

الاهتمام بصحة الفم والاسنان يزداد في شهر رمضان المبارك . عن الآلام الفموية .. فعملية الاكل في حد ذاتها تنظف الفم والاسنان ولا تسمح بترامك البكتيريا لمدة طويلة خصوصاً اذا كانت متبوعة باستعمال السواك او الفرشاة ويعتبر الصيام حرمان للفم والاسنان من تغذية وسط الفم وبالتالي إعطاء فرصة لنمو وتكاثر بكتيريا الفم .. وهنا تصبح بضرورة استعمال

### رمضان وطفلك والمطبخ

تزداد مهمة السيدات في شهر رمضان ويزداد مكوّنهن في المطبخ لاعداد الاصناف المتعددة والمتنوعة من المأكولات المختلفة للافطار او السحور والذي يخشى منه مشاركة الاطفال امهاتهن حيث ان هذه المشاركة غير مشكورة بل هي نوع من العبث بمحتويات المطبخ والتواجد اثناء الاعداد الذي كثيراً ما يؤدي الى حدوث مالا تحسد عليه ..

### كلمة البدء

### صوموا تصحوا ...

نعم فقد أثبتت جميع النتائج الطبية وفي مختلف بلاد العلم ان للصيام اثره الكبير على صحة الإنسان . وكثيراً ما نسمع من اطباء من طبين وهو بحث مرارياً على تطبيق مبدأ الحمية لكي يخفف من مرضه مما به من الامراض وللصيام الكثير من الاحداث النبوية التي تحدثنا على صحة ما له من فوائد كثيرة على صحة الجسم لا يسعني ان اذكرها في هذه الكلمة القصيرة .. ولكن تحضرنى الكلمة المعبرة التي كثرنا لبيتنا الاسلامي الاستاذ احمد محمد جمال ثاني ايام هذا الشهر الكريم والتي كتبت بالصفحة الاخيرة من هذه الجريدة . والتي جاء فيها - لنحدث عن المزية الصحية للصيام ..

في اوريا وامريكا - وهي بلاد غير اسلامية - تقوم مصحات بعلاج فيها الاطباء مرضاهم بالصيام بعد ان ثبتت فوائده الطبية لكثير من الامراض المستعصية .

وقد اشار فضيلة الاستاذ محمد محمود الصواف في كتابه بالصيام في الاسلام . ان اعتراف القلم الامريكي - ماك فلان - الذي انس مصحاً باسمه للعلاج بالصوم .. بان الصوم نافع للجسم حيث انه يصفيه من رواسب السموم التي تتشكل عليها الابوية .

ولك فلان هذا كتاب عن الصيام تحدث فيه بسهولة عن منافع الصيام واثرة في القضاء على كثير من الامراض وبخاصة امراض المعدة فلكموم في شفاها

مثل الحمى الشريفة وتليها امراض الدم وغيرها . نعم هذه بعضا من فوائد الصوم وما اكثرها لو اردنا اقتصارنا في هذا الحيز الضيق . فلكموم رجعة من رحمت الله التي فرضها على عباده المسلمين ليكن ان يلمسه كل من شرح الله قلبه للاسلام . والصيام ملائمة . ركن من اركانها . وهذا ماسوف نعيد الكتابة عنه في عدد قديم بشهر الصوم وكل علم والجنح

بامفلح

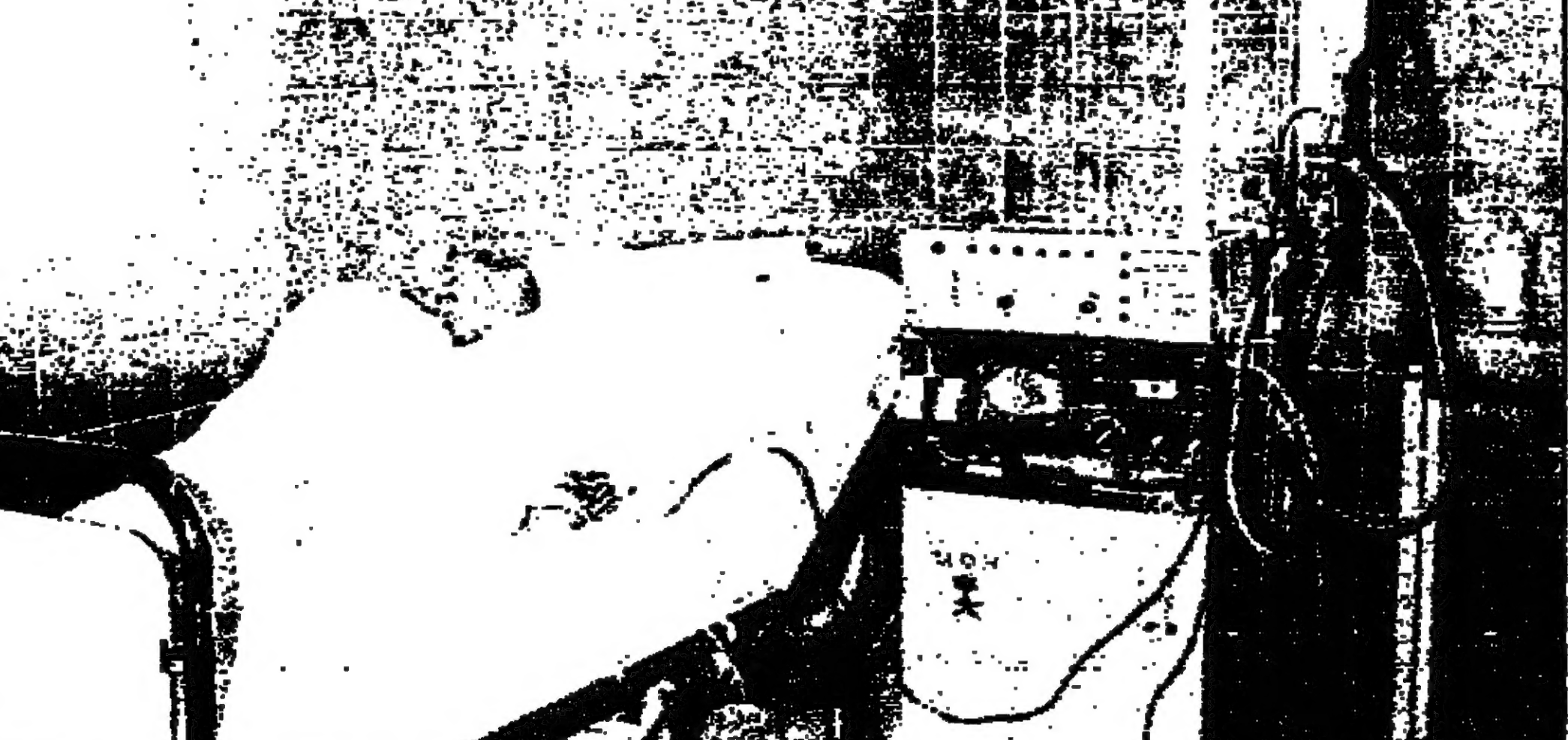
## ماهي الاسباب التي تؤدي الى التسهم؟

اعداد/المعرضة جميلة موسى بمعهد التمريض بمكة المكرمة

- 1/ يجب لف المصّب باغشية لحفظ درجة الحرارة للجسم حتى يحضر الطبيب . في حالة شرب المواد الكيميائية مثل مواد التنظيف ، او الكيوسين ، الفازلين ، في هذه الحالة يعطى المصّب اللبن بكميات كبيرة ، ويحضر احدث اقماع بل يترك الامر للطبيب ، كما يعمل للمصّب كمادات دافئة وذلك لمنع تكلسات المعدة .
- 2/ في حالات السموم الخارجية : وليصمد بهذه السموم : السموم عن طريق الجلد كدغات الحشرات السامة في هذه الحالة يجب غسل الجزء المصاب وربطه برباط ضاغط اقل مكان للدقة والاصراع بالمصّب لاروب مستشفي .
- 3/ كما يجب عليك لحتى الام اتباع الاشارات اللازمة في منزلك :
- 4/ ضعي السموم في علب عليها بطاقات باسمائها .
- 5/ ضعي الادوية والمواد السامة في خزائنه محكمة الاغلاق .
- 6/ لا تستعمل زجاجات المواد الكيميائية في حفظ الاطعمة .
- 7/ لا تضعي السموم مع الاطعمة في مكان واحد .
- 8/ لا تضعي الادوية المستعملة في تناول الاطفال .
- 9/ ارفقي اسم المادة الكيميائية قبل استعمالها .
- 10/ لا تأخذوا عن تعاط دواء في الظلام .



● غرفة العمليات وهي مزودة بأحدث الأجهزة ..



● احد المرضى يتلقى العلاج بالمستشفى ..

## مدير مستشفى اجياد يقول :

## ١٨٢ سرير الخدمة المرضى والعناية المركزية بالمستشفى مركز لعلاج ضربات الشمس

● بلغ عدد الاسرة التي يضمها مستشفى اجياد بالعاصمة المقدسة ١٦٤ سريراً إضافة الى قسم للعناية المركزية يحتوي على ٨ اسره مزود بأحدث الأجهزة الطبية المتطورة كما يوجد قسم لأمراض الباطنية وجراحة للرجل والنساء كذلك يوجد قسم لمرضى الاصلية بالحروق ويعمل هذا القسم على نظام التبرار الهوائي ..

ومع مركز لضربات الشمس والذي يقع عليه مبنى كبيراً وهاماً خلال موسم الحج لاستقباله العديد من حالات الاصابة بضربات الشمس من قبل ضيوف الرحمن كما توجد بالمستشفى اقسام فنية وصيدلانية حديثة نموذجية تعمل بجهاز الحاسب الآلي والحالات الاسعافية من الحوادث المرورية والجناحية وخاصة حوادث السيارات

تحدث بهذا مدير المستشفى الدكتور محمد احمد عريجة واصف ان ادارة الخدمات الاجتماعية بالمستشفى تشارك حالياً في الاسابيع الصحية عن طريق عقد الندوات الطبية لمراجعي المستشفى من العيادات الخارجية وقد تم تحديد مواعيد للرجال والنساء لحضور هذه المحاضرات بالمشاركة مع المرضى المزمين من اجل الترفيه عنهم وتثقيفهم صحياً وهذه المواعيد طيلة ايام الاسابيع وذلك من اجل توعية المواطنين والمرضى وترصيع ذلك للصحافة وأجهزة الاعلام المختلفة ، كما تقوم الاخصائية الاجتماعية بالتنسيق مع الجمعيات الخيرية النسائية للمشاركة في طريق اقامة نشاطات ترفيهية وتثقيفية وكذلك يتم التنسيق بين طلبة جامعة ام القرى وكليات البينات لتقديم الهدايا والحلوى والزهود للمرضى الامر الذي أدى لارتياح النفسي للمرضى والتخفيف عليهم من وطأة المرض .

● جهاز علاجي حديث ..



